

第三世代大学 塾 SiN



COLLEGE OF THIRD AGE

第三世代大学 塾 SiN の特徴

好きなテーマを 1 講座から

興味のあるもの、時間的に通いやすいものを自由に選択し、1 講座から受講できます。

入学試験・入学金はありません

入塾に際しての試験や入学金はありません。どなたでも受講できます。

お得な「TP 奨学支援チケット」

独自の奨学支援チケットにより、一講座あたり 666 円 * (通常 2,000 円) で受講できます。
修学支援チケットは先着順。**有効期間は、当期と翌期の 2 期間。**無くなり次第終了します。

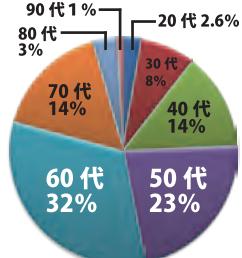
修了証書

各科目で 10 講座受講された塾生には、学びの証しとして科目修了証書を授与します。
この機会にチャレンジして下さい。



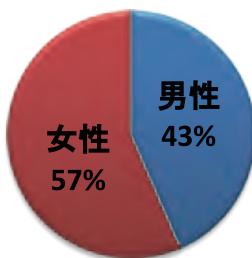
受講者の年代

60 代を中心に
20 代から 90 代まで
幅広い年代より
支持されています。



受講者の男女比

女性の受講生が多いのも大人の塾 SiN の特徴です。



* 奨学支援チケット 30 枚をご購入の場合、1 講座 666 円で受講できます。

● 食品栄養学(火曜日)

食・栄養・健康について根底から学びます。

①- 5大栄養素を学ぶ - 脂質とDHAの活用

10月11日(火) 10:30~12:00 講師:高畠 京也
油がなぜ必要なのか、コレステロールは油なのか。
油(脂質)について説明します。



②- 5大栄養素を学ぶ - ミネラルと骨粗鬆症

10月25日(火) 10:30~12:00 講師:高畠 京也
からだの骨格形成に必要な構成要素、ミネラル欠乏は病気の根源です。植物由来の最適ミネラルについて解説します。



③- 5大栄養素を学ぶ - たんぱく質がからだを作る

11月8日(火) 10:30~12:00 講師:高畠 京也
酵素はタンパク質、髪の毛や爪もタンパク質。肉や豆腐もタンパク質リッチの食品です。タンパク質とは何かを学びます。



④- 5大栄養素を学ぶ - サプリメントの主役:ビタミンのチカラ

11月22日(火) 10:30~12:00 講師:高畠 京也
からだの潤滑剤はなぜ必要か、さびないからだはどうしてつくり、維持するのか?ビタミンの役割を平易に説明します。



⑤- 5大栄養素を学ぶ - お砂糖・糖質、かしこく生かす方法

11月29日(火) 10:30~12:00 講師:小林 昭雄
甘い糖、甘くない糖。水あめや甘酒はなぜ甘いのか?虫歯菌が嫌う甘い糖。糖の働き、特徴について学びます。



⑥長寿は何で決まるのか?

12月13日(火) 10:30~12:00 講師:高畠 京也
長寿を決める原因は何か?生命、老化、寿命について解説し、世界の長寿食を紹介しながら、長寿の食の特徴を考えます。



⑦古代日本人の食文化

1月24日(火) 10:30~12:00 講師:吉田 茂男
古代の日本人の食生活は、本格的な農耕を行わず、狩猟採集を生活の基盤しながら、1万年もの長期にわたって持続可能な社会を作りあげていた。こうした事実は、農耕を主軸に据えた、從来の文明論を根底から揺さぶっている。なぜ古代の日本人は、独自の繁栄を達成し1万年も持続できたのか。その秘密を探ります。



⑧食品の効能を通して食生活を見直そう!

1月31日(火) 10:30~12:00 講師:野口 聰子
アンチエイジング、眼精疲労、美容など様々な効能をもつた栄養成分について、本来の機能とからだへの効果を解説します。また、各々の食生活を見直し、改善策を見出す機会とします。



⑨和食の決め手!だしについて

2月7日(火) 10:30~12:00 講師:野口 聰子
日本の和食について解説し、特に鰯節、昆布、いりこなど日本の誇る「だし」について、グルタミン酸・イノシン酸などについて解説します。



⑩食から見た遺伝と遺伝子

2月14日(火) 10:30~12:00 講師:木村 泰裕
今日の献立は、遺伝子に聞いてみなさい。遺伝子特性に沿った献立作りが必要です。遺伝子と健康との関わり、遺伝子診断とデーターメイト栄養指導について解説します。



● 食品薬学(火曜日)

様々な薬用食品について分かりやすく解説します。

①医食同源 - 食べ物に薬のルーツを探る -

10月11日(火) 13:30~15:00 講師:吉川 雅之
人類が薬を発見した経緯の一つとして、食べ物の中から効力のあるものが選び出されたと言われます。薬の発展の歴史について説明します。



②薬用食品 - 生薬と食べ物の狭間で -

10月25日(火) 13:30~15:00 講師:吉川 雅之
薬効が伝承されている食品や、食経験のある生薬を薬用食品と呼んでいます。漢方の基礎を勉強した後に薬用食品について解説します。



③茶花 - 救荒食からダイエット成分 -

11月8日(火) 13:30~15:00 講師:吉川 雅之
茶の花は島根県の郷土料理“ぼてぼて茶”として食されます。そのルーツが飢饉の際の救荒食であったことから、茶花をダイエット食品として開発した経緯を解説します。



④蓮花 - フラワーレメディーを科学する -

11月22日(火) 13:30~15:00 講師:吉川 雅之
蓮や梅、桜などいろいろな花から美白や美肌効果などの機能性を示す成分を見出すなど、フラワーレメディーの科学的研究について紹介します。



⑤砂糖椰子 - 热帯多雨地域に薬用食品を探る -

11月29日(火) 13:30~15:00 講師:吉川 雅之
タイやインドネシアなどの熱帯多雨地域のジャングルに自生する多種多様な植物からの薬用食品の探索研究について説明します。



⑥若返りシリーズ1 サラシア - 注目のダイエットサポート効果! -

12月13日(火) 13:30~15:00 講師:村岡 修
1,000種以上の植物成分の調査・試験の結果発見されたサラシアは、内臓脂肪、脂質異常症の予防などのダイエット機能に加え、腸内環境改善による免疫機能の向上、美肌効果など多くの若返り効果が期待できる奇跡の植物です。



⑦若返りシリーズ2 カンカ - 最強の強壮葉! -

1月24日(火) 13:30~15:00 講師:村岡 修
カンカニクジュヨウ(砂漠人参)は、中国新疆ウイグル自治区タクラマカン砂漠に生育するヘニヤナギの根部に寄生する植物です。中国では歴代の補腎・滋養強壮の処方薬の中でも使用頻度の高い強壮葉で、生薬の中でも最も重要な葉の一つとされています。中高齢者の活力サポート機能について解説します。



⑧ローズヒップ - 西洋ハーブの機能性 -

1月31日(火) 13:30~15:00 講師:吉川 雅之
ローズヒップやセージなどの西洋ハーブに脂肪の代謝亢進作用などの機能性を見出して、機能性表示食品として開発した経緯を紹介します。



⑨マリヤハンド - フラオの薬草 -

2月7日(火) 13:30~15:00 講師:吉川 雅之
エジプトのユナニー医学で用いられる生薬は、フラオの時代から伝承されてきた最も古い薬で人類の貴重な資産と言われます。フラオの薬草の歴史と機能性について解説します。



⑩杜仲(トチュウ)は一石三鳥の神木

2月14日(火) 13:30~15:00 講師:小林 昭雄
トチュウは、一属一種の稀な木本植物。中国では一本のトチュウがあれば家がたつと言われた宝の木。日本杜仲研究会での発表内容等も紹介します。





健康薬学(金曜日)

代表的なくすりについて理解を深めます。

①くすりと健康の歴史

10月21日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

私たちのくすりとのつきあいには長い歴史があります。西洋と東洋では医療やくすりに対する考え方が大きく異なります。両者の長所を取り入れることで、くすりとのつきあい方を見直すことが問われています。



②細菌感染症とくすり

11月4日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

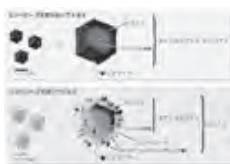
抗生素質の発見とその発達は科学の偉大な勝利です。でも、どんな抗生素質も効かない多剤耐性菌の脅威が、大きな問題になってきています。抗生素質のはたらきを理解し、多剤耐性菌とどう向き合うかを考えたいと思います。



③ウイルス感染症とくすり

11月18日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

ウイルス感染症が問題にならない年はありません。なかでもインフルエンザはパンデミック(世界的流行)を起こす怖い感染症ですが、くすりは長足の進歩を遂げています。また、C型肝炎は治りにくいウイルス感染症の代表ですが、その薬物治療に革命的な新薬が登場しました。新しく問題となってきたウイルスと合わせて対策を考えていきたいと思います。



④がんとくすり

12月2日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

がんは現代人の死因の第1位。その割合は増えつつあります。抗がん剤は怖いといわれてきましたが、画期的な分子標的薬が登場して、抗がん薬物治療にも革命が起こっています。がんになったらどうするか、考えていきたいと思います。



⑤生活習慣病とくすり

1月13日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

糖尿病や高血圧などの生活習慣病はまさに現代病です。近年続々と新薬が登場し、生活習慣病の治療にも大きな変革が起こっています。ここでは、生活習慣病とのつきあい方について考えていきたいと思います。



⑥自己免疫疾患とくすり

1月20日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

人間に備わっている外敵から身を守る仕組み。それが免疫系です。免疫系が自分自身を攻撃するようになったらいいだるのか。それが自己免疫疾患です。多くは難病に指定されています。しかし、くすりを開発する懸念の努力が続けられています。



⑦うつ病・認知症とくすり

1月27日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

高齢化に伴い認知症が大きな社会問題になっています。また、うつ病は老人に限らず、青壮年をふくめて、大きな現代の病です。ここでは、これらの心の病にたいする薬によるアプローチを考えていきたいと思います。



⑧中医学と漢方薬

2月10日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

漢方薬の効用が見直され、現代医療に取り入れる動きが強まっています。中医学には予防医学という、西洋医学には無かった、未病の段階での対策があります。西洋医学とは異なる中医学の考え方と、漢方薬との新しいつきあい方について考えたいと思います。



⑨サプリメントとスーパーフード

2月17日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

サプリメントは現代人の生活にとても身近なものになっていますが、医薬品とは異なり、その効用については諸説あります。サプリメントの働きを理解し、サプリメントとの正しいつきあい方を考えたいと思います。



⑩くすりと医療の未来

2月24日(金)13:30~15:00 講師:山口 明人

薬や医療がどんどん発達していくと、どんな病気でも治療が可能になり、寿命は限界なく伸びていくのでしょうか。これからのがんと医療に求められるものを一緒に考えたいと思います。



財産総合学(土曜日)

お金学び、人生設計学びます。

①家計の見直し第一歩 - ファーストステップ・マネーセミナー-

10月8日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

正しく仕組みを作つてから過ごす人生と、過ぎ去つてから仕組みを作つておけばと振り返る人生どちらを選択しますか?さあ、新しい第一歩を踏み出しましょう。



②お金を守り増やす(1) 経済・金融のしくみ(基礎編)

10月15日(土)11:00~12:30 講師:黒田 英明

資産運用を始める前に、世界の為替・金利・株価の動きを理解することは非常に重要です。森(マクロ経済)を見て木(ミクロ経済)を見る習慣を身に付けよう。



③お金を守り増やす(2) 金融商品の仕組み(基礎編)

11月5日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

株式・債券・外貨・投資信託の仕組みを基礎から学び、アセットアロケーション(資産配分)によるリスクコントロール(分散・長期・積立)の基礎を学びます。



④お金を守り増やす(3) 生涯続くキャッシュフロー戦略(応用編)

11月12日(土)11:00~12:30 講師:黒田 英明

老後資金が枯渇しないためのキャッシュフローを生む具体的な方法をご紹介します。鶏をたくさん育てて、鶏は食べず卵を食べ続けましょう。目から鱗の投資信託活用術です。必見!!



⑤幸せなセカンドライフ(1)どうなる?私の公的年金

12月10日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

公的年金不安が囁かれる昨今、正しく現状を把握することは非常に重要です。今から打てる対策をご一緒に考えましょう。GPIFって何という方は、是非ご参加下さい。



⑥幸せなセカンドライフ(2)どうなの?私の保険選び

1月14日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

保険に良い悪いはありません。自分のライフスタイルに合わせてフィッティングできているかどうかがポイントになります。必要な保障を必要なタイミングで契約することが重要です。



⑦幸せなセカンドライフ(3)どうする?私の終の住まい

1月21日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

あなたは持家派?賃貸派?将来のライフプランに大きな影響を及ぼす住宅に関するイ・ロ・ハを再考してみましょう。高齢者向け住宅に関する情報もご紹介します。



⑧幸せな相続(1)ニコニコ円満・遺産分割術

2月4日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

【相続】を【争族】にしないためには、生前からご家族で将来のビジョンを描きエンディングノートにまとめておくことをお勧めします。相続・遺言を基礎から学びましょう。



⑨幸せな相続(2)どうなる相続税・贈与税?

2月18日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

2015年(H27年)から相続税・贈与税が増税になりました。資産家が払う税金?いいえ、あなたにも納税の可能性があります。今のうちに不安を解消しておきましょう。



⑩幸せな相続(3)今から始める相続対策!

2月25日(土)11:00~12:30 講師:行 真紀子

「備えあれば憂いなし。」とは常に相続のためにある言葉です。人生のエンディングロードを飾るのは自分自身です。できることから少しづつ始めて行きましょう。



● 特別講座

①スーパーフード講座

○スーパーフードを学ぶ - 2月開講予定(詳細はホームページにて) -

講師:小林 昭雄・木村 泰裕

機能性成分を突出して多く含む食品は近年「スーパーフード」と呼ばれ注目されています。講義では、話題のスーパーフードについて、その現状と課題について分かりやすく学びます。



②グリーンクラフト講座

○小さなインテリア植物作り!

12月14日(水) 11:00~12:00 講師:萩原 義久

イオン配合で抗菌と防臭機能を持った再生紙を利用してかわいいベースを作ります。色付けやデコレーションは自由自在。あなただけの素敵なインテリア植物を作ります。



ディスカバリー・シリーズ - 開講準備中(詳細はホームページにて) -

○ガラスの世界 ○水の世界 ○香りの世界 ○お茶の世界 など

講 師 (50音順・敬称略)

稻垣 華苗(特別講座)

社会福祉法人円融会 特別養護老人ホームサルビア荘 法人統括・栄養士

木村 泰裕(食品栄養学・特別講座)

大阪大学 特任助教

羽衣国際大学 非常勤講師

久保田 尚浩(大人のCafé講座)

岡山大学 名誉教授

黒田 英利(財産総合学)

黒田英利税理士事務所 所長

CFP(R)/1級ファイナンシャルプランニング技能士

証券外務員I種

小林 昭雄(食品栄養学・食品薬学・大人のCafé講座・特別講座)

大阪大学名誉教授 指導教授・「社団」テラプロジェクト 理事長

高畠 京也(食品栄養学)

長浜バイオ大学 教授

高峰 啓三(大人のCafé講座)

社会福祉法人円融会 サルビア荘

特別養護老人ホーム副施設長・グループホーム管理者

田中 良和(大人のCafé講座)

サントリーグローバルノベーションセンター株式会社 上席研究員

辻本 智子(大人のCafé講座)

兵庫県立淡路夢舞台温室「奇跡の星の植物館」プロデューサー

野口 晴子(食品栄養学)

羽衣国際大学 准教授・管理栄養士

萩原 義久(大人のCafé講座・特別講座)

株式会社竹中庭園緑化 プランニングユニット チーフ

前川 義量(大人のCafé講座)

社会福祉法人円融会 理事・特別養護老人ホームサルビア荘 施設長

樹田 正治(大人のCafé講座)

岡山大学名誉教授・放送大学 客員教授

村岡 修(食品薬学)

近畿大学教授・副学長 アンチエイジングセンター長

山口 明人(健康薬学)

大阪大学名誉教授・特任教授

(社)国際スーパーフード学術機構 理事長

行 真紀子(財産総合学)

アセトライトフロンサルティング株式会社 代表取締役

立命館大学他課外FP 京都光華女子大学非常勤講師

CFP(R) / 証券外務員I種 / 相続診断士

吉川 雅之(食品薬学)

京都薬科大学名誉教授

吉田 茂男(食品栄養学)

国立研究開発法人理化学研究所 名誉研究員 アドバイザー

「社団」テラプロジェクト 副理事長

(社)まちラボ産学技術ユニオン 代表理事

賴 萍(大人のCafé講座)

大阪大学工学研究科 工学博士 英語コース

「社団」テラプロジェクト 専門会員

大人のCafé 講座

お気軽にお越しください。

①「食の探訪」中国シリーズ1 - 薬膳料理と中国の家庭料理 -

1月21日(土)13:30~15:00 講師:賴 萍

薬膳では、毎日の食事を通じて健康になることを目的としています。薬膳の考え方と、薬膳を取り入れた代表的な家庭料理を説明します。また、食事における中国語の表現方法も紹介します。



②体に優しいハーブのお話(育て方・食べ方)

1月25日(水)10:30~12:00 講師:萩原 義久

キッチンガーデンでハーブを育てよう。飾りながら香る楽しみ方、育てて食べる楽しさと健康について、お勧めハーブをお教えします。



③教授に聞く:究極の水管理(トマト・メロン栽培)

1月25日(水)13:30~15:00 講師:樹田 正治

水の制御と野菜の成育について講義します。特に、私が開発した砂培地での『防根給水ひも栽培』手法のノウハウをトマトとメロンについて話します。



④実践:地域の個性を生かしたみどりの街並みづくり

2月1日(水)10:30~12:00 講師:辻本 智子

今、地域性を活かした庭づくりが求められています。環境・歴史・伝統・地域素材を活かした庭づくり、景観づくりについて、事例とともに解説します。



⑤お花の色って変えられるの? - 不可能を可能にした青いバラのお話 -

2月1日(水)13:30~15:00 講師:田中 良和

Blue Rose(青いバラ)という言葉は、「不可能」を意味します。バラには青い色素を作る能力がないので、青い品種はありませんでした。遺伝子導入で誕生した青いバラ・青いカーネーションのお話です。



⑥中国「食の探訪」シリーズ2 - 地域により異なる中国の食文化 -

2月4日(土)13:30~15:00 講師:賴 萍

中国でも地域により使う食材や味付けが異なります。中華料理の中でも辛いイメージの四川料理・古都西安の名物料理、ウーロン茶で有名な福建省の料理など、中国各地の食文化を紹介します。



⑦都市を変えるアーバンアグリ

2月8日(水)10:30~12:00 講師:小林 昭雄

都市の緑化の切符、アーバンアグリを解説します。



⑧果物作りに挑戦!家庭で育てる果物

2月8日(水)13:30~15:00 講師:久保田 尚浩

庭先や鉢植えで育てる果樹栽培は、収穫した果実を舌で味わえるだけではなく、それを加工・利用できるとともに、果樹の花や枝ぶりも楽しむことができます。そのような家庭での果物づくりにトライしてみませんか。



⑨気になる老後シリーズ1 - 介護保険制度について要介護高齢者の実態 -

2月18日(土)13:30~15:00 講師:前川 義量・高峰 啓三

高齢化社会を迎えた日本の、現在の福祉事業の動向について、わかりやすく解説します。



⑩気になる老後シリーズ2 - 介高齢者の食事 -

2月18日(土)15:30~17:00 講師:前川 義量・稻垣 華苗

高齢者向けの食事・栄養管理とは?高齢者に多く見られる誤嚥性肺炎を防ぐには?高齢者の食を語ります。



TP奨学チケットのご購入により、お得に ***666円** よりご受講いただけます。修学支援を受けられるこの機会をお見逃しなく！

* TP奨学チケットとは、企業・個人から修学支援金を集め、生涯学習希望者を支援する塾 SiN独自の制度です。* 奨学チケット30枚をご購入の場合、1講座666円で受講できます。

■お申込み方法



- * 受講日の3日前までにお申込み下さい。* 受講者が所定の人数に満たない場合は延期することがあります。
- * 「塾 SiN」事務局窓口でもお申込・お支払頂けます。

第三世代大学
大人の塾 SiN

申込書

↑ 必要事項をご記入の上、ファックスにてご返信下さい。
(社)テラプロジェクト FAX:06-6312-3410 ↑

申込日： 年 月 日

ご希望の講座に○を付けて、必要事項をご記入ください。（正規料金：1講座 2,000円）

科目名	講座番号（1講座から受講可）										料金 (税込)
（火）食品栄養学	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1講座 2,000円
（火）食品薬学	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1講座 2,000円
（金）健康薬学	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1講座 2,000円
（土）財産総合学	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1講座 2,000円
大人のcafe講座	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1講座 2,000円
特別講座	1. スーパーフード講座	2. グリーンクラフト講座									1講座 2,000円

↓ お得な奨学チケット（修学支援制度） *ご希望のチケットに○をつけて下さい。

10枚 10,000円	20枚 15,000円	30枚 20,000円	修了生用20枚 10,000円	合計	円
				確認（大学記入欄）	円

修了証書は授与されません。
特別講座は利用できません。

※は必須項目です。					
※ ふりがな			※ 性別	※ 生年月日	
※ 氏名			男	女	明治・大正 昭和・平成 年月日
※ ふりがな					
※ 住所	〒 都・道府・県				
※ 電話 (携帯電話可)			ファックス		
e-mail	@				
<input type="checkbox"/> メールマガジンを希望する。 * (社)テラプロジェクトから、塾 SiN 関連情報やイベント情報などをお送りします。 * 携帯電話のアドレスはご登録いただけません。					
塾生番号 (不明の方は空欄でも結構です)	紹介者のお名前（紹介者がおられる場合はご記入ください。） ふりがな 氏名				

	郵便でのお申込み先	〒530-0018 大阪府大阪市北区小松原町2番4号 富国生命ビル4階 (社)テラプロジェクト事務局 第三世代大学 「大人の塾 SiN」 係
	<お問合せ>	(社)テラプロジェクト 第三世代大学 大人の塾 SiN 事務局 担当: 峯平(みねひら)、木村(きむら)、苗木(なえき) 【電話】06-6312-3407 【ファックス】06-6312-3410 [Eメール] info@thera-projects.com [受付時間] 10:00~20:00 [定休日] 木曜日、日曜日、祝日、お盆、年末年始
<住所>	一般社団法人テラプロジェクト 第三世代大学 大人の塾 SiN 〒530-0018 大阪府大阪市北区小松原町2番4号 富国生命ビル4階 まちラボ	

160923

富国生命ビル4階は、一般社団法人 テラプロジェクト が運営する、
産官学連携活動支援施設・社会貢献フロアです。

※ スケジュールおよび講師は、変更される場合があります。あらかじめご了承ください。